

**EXPRESSION  
PRIMITIVE**



DANSE RYTHME LIEN SOCIAL THÉRAPIE  
PATRICIA VON ESSEN

## **Stage Estampes et danse**

### **Programme Danse**

#### **« Expression Primitive »**

##### **Objectifs**

Vivre une semaine de régénération profonde à tous les plans de sa personne par la pratique de l'Expression Primitive, une danse aux vertus thérapeutiques avérées.

##### **Public concerné**

Tout public quelque soit l'âge et la forme physique : chacun travaille à son niveau de possible. Idéal pour un reset de fin d'année de travail, un repositionnement intérieur, une pause restructurante.

##### **Contenu pédagogique**

Remise en harmonie des grands rythmes vitaux / Remise en harmonie des coordinations fondamentales/ Tonification / Etirements des grandes structures musculaires/ Mise en rythme et expérimentation des fondements traditionnels de l'Expression Primitive : Marche, rythme, gestuelle répétitive et symbolique, construction des thématiques en rapport avec les saisons, chants et danses. Toute cette façon de travailler a une influence dans le domaines des émotions et dans celui de l'organisation relationnelle.

##### **Méthodes pédagogiques**

La pédagogie est bienveillante, didactique, facilitante. Tout est organisé de manière à ce que chacun réussisse en fonction de ses possibilités. La spécialité de Patricia Reinhold von Essen est de proposer des chemins d'accès facilitants , par tous les moyens dont elle dispose. Une autre spécificité est une manière d'apprendre qui passe par l'expérience physique & relationnelle et non par le mental.

##### **Supports de formation/Ressources pédagogiques**

Musiques : Nous danserons sur de la percussion majoritairement mais aussi sur des musiques d'inspiration ethniques (africaines, russes) et de la musique swing. Vous jouerez des petites percussions pour travailler la notion du rythme. Nous travaillons avec la vidéo, e fin de stage, quand nous sommes tous beaux et capables de se regarder comme tels;)

## Durée

Du samedi 24 juillet 14h00 au samedi 31 juillet 11h30. Soit 44 heures divisées à parts égales entre la danse et l'estampe

## Tarif

Stage artistique : 750€ à régler à Performances

Hébergement pension complète : 448€ à régler à Ferme Ouverte.

## Les + de cette formation

Une pratique de qualité, un véritable investissement pour soi, des effets durables, notoires de transformation intérieure.

## Intervenant.e

Patricia Reinhold von Essen

**Danseuse, danse-rythme-thérapeute, pédagogue. Diplômée de l'Atelier du Geste Rythmé \_France Schott Billmann\_ Praticienne Geste anatomique -Anatomie pour le mouvement \_Blandine Calais Germain\_ Praticienne Fasciae-Thérapie\_ Formation Jean Paul Hesse \_Ostéopathe\_**

Patricia Reinhold von Essen enseigne la danse rythmée et l'art du mouvement depuis plus de 30 années.

**Du tout public aux institutions, en passant par les enfants, le milieu scolaire, du soin et du social**, de l'enseignement des danses les plus académiques (Classique, Jazz, Contemporain) à la Danse Rythme Thérapie, du soin psycho corporel avec la fasciae Thérapie et l'approche anatomique du mouvement, le travail de Patricia Reinhold von Essen se définit par un long parcours de recherche en quête d'une transmission de la danse et du mouvement qui serait bio-logique et prendrai en compte tous les plans de la personne.

**Quelque soit l'âge de son public** c'est avec son expérience de l'enseignement, sa large palette de compétences et une confiance absolue dans les outils dont elle dispose qu'elle aide, accompagne, initie aux plaisirs de la danse des générations de petits et grands non danseurs et contribue à redonner de l'espace et du mouvement dans les endroits de vie qui en manquent : cela s'applique à l'Un (L'humain, l'individu) et au collectif (le groupe)

Elle a développé une **méthodologie de restauration du mouvement corporel, de transmission de la danse et du rythme qui lui est très spécifique** et qu'elle a conçu au fil d'année de recherche, d'expérimentation, de formations auprès de différentes personnalités qu'elle a choisi pour leurs compétences et leur spécificités.

**Ses objectifs étaient les suivants :**

**-Trouver le moyen de transmettre la danse d'une manière qui lui conserve des vertus curatives** sur le plan physique, psychique et social.

**- Trouver sous quelle forme et comment la présenter de manière à ce qu'elle soit accessible** physiquement .

-**Trouver** comment restaurer et préserver la mobilité naturelle , anatomique afin que la pratique du mouvement soit restaurative pour le corps jusque dans le quotidien.

C'est en poursuivant ces objectifs, qu'au delà de sa formation académique elle a ajouté d'autres cordes à son arc comme les danses **Swing et Africaines , en lien direct avec l'origine de l'Expression Primitive** et qu'elle a étudié **l'Anatomie pour le Mouvement avec Blandine Calais Germain** , la **fasciae-thérapie** avec Jean Paul Hesse , la **Danse Rythme Thérapie par l'Expression Primitive avec France Schott Billmann** .

**Et avant tout , Patricia Reinhold von Essen est d'abord une danseuse** . C'est en voyageant dans les différentes techniques et en y associant le fruit de ses recherches qu'elle a développé le style qui la caractérise et qu'elle transmet dans ses enseignements amateur et pro : rapport étroit avec la musique et le rythme, authenticité anatomique, transcendance et poésie, relation au public définissent son univers artistique.

C'est en réunissant l'ensemble de ces compétences qu'elle a construit sa façon de transmettre le sens du rythme , de la danse dans une perspective de mieux être et de thérapie.

**Dealer de rythme : voilà le meilleur nom que l'on ai pu donner à sa fonction !**

Avec humour, légèreté et fantaisie, si sérieux soit son travail, c'est vers la vie avec un grand V, la danse avec un grand D, que marche le danseur qui se forme auprès de Patricia Reinhold von Essen.

**LIRE : Les fondements de la pratique par France Schott Billmann, créatrice de la danse rythme thérapie en France.**

Quand la danse guérit : France Schott Billmann Odile Jacob

<https://livre.fnac.com/a4122724/France-Schott-Billmann-Quand-la-danse-guerit>

La thérapie par la danse rythmées- France Schott Bilmann- Odile Jacob

<https://livre.fnac.com/a14616921/France-Schott-Billmann-La-Therapie-par-la-danse-rythmee>

**En savoir plus**

[www.patvonessen.fr](http://www.patvonessen.fr)

Contacter Patricia Reinhold von Essen :

Tel : 06 70 43 68 18

Email : [pat.von.essen@icloud.com](mailto:pat.von.essen@icloud.com)



